సాక్షి
విజయనగరం

ఆదివారం । 16 । ఫిబ్రవరి । 2025



యూరియా.. నో స్టాక్..!

కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చాక వ్యవసాయ రంగం కుదేలవుతోంది. రైతులకు పెట్టుబడి సాయం అందలేదు. ఎరువులకూ కటకటలాడాల్సిన పరిస్థితి. - 8లో



పరామర్శకు వెళ్తూ.. మృత్యు ఒడిలోకి... - 8లో

బంధువులు మృతి చెందారని తెలిసి పరామర్శకు వెళ్లిన మహిళ ప్రమాదానికి గురై ప్రాణాలు విడిచింది.



పరీక్షల సమయం.. యోగాసనాలతో ఏకాగ్రత

విద్యార్థులకు పరీక్ష సమయం వచ్చేసింది. యోగాసనాలతో ఏకాగ్రత సాధ్యమని గురువులు బోధిస్తున్నారు. - 8లో

న్యూస్‌రీల్

మల్లన్న తలపాగా ఊరేగింపు



మందరాడలో మల్లన్న స్వామి తలపాగా ఊరేగింపు

సంతకవిటి: మండలంలోని మందరాడ గ్రామానికి చెందిన చేనేత కార్మికులు గత 20 రోజుల నుంచి నియమ నిష్టలతో శ్రీశైలం మల్లన్న కోసం నేసిన తలపాగాను శనివారం గ్రామంలో ఊరేగించారు. శివరాత్రి నాడు శ్రీశైలంలోని మల్లికార్జున స్వామికి తలపాగాను సమర్పిస్తామని చేనేత కార్మికులు తెలిపారు.

పర్యావరణాన్ని కాపాడుకుందాం

- జిల్లా అటవీ అధికారి కొండలరావు



అటవీ సిబ్బందితో ప్రతిజ్ఞ చేయిస్తున్న డీఎఫ్‌ఓ కొండలరావు

విజయనగరం ఫూల్‌బాగ్: పర్యావరణాన్ని కాపాడుకుందామని జిల్లా అటవీశాఖ అధికారి ఆర్.కొండలరావు పిలుపునిచ్చారు. విజయనగరం ఫూల్‌బాగ్‌లోని అటవీశాఖ కార్యాలయంలో శనివారం స్వచ్ఛభారత్ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. అటవీ సిబ్బందితో స్వచ్ఛభారత్‌పై ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. అనంతరం పట్టణంలోని పలు పాఠశాలల విద్యార్థులకు పర్యావరణ పరిరక్షణపై డీఎఫ్‌ఓ అవగాహన కల్పించారు. తాబేళ్ల సంరక్షణ, మొక్కల పెంపకం, జంతువుల సంరక్షణ, తదితర అంశాలను బోధించారు. కార్యక్రమంలో ఫారెస్ట్‌రేంజ్ ఆఫీసర్ బి.అప్పలరాజు, ఎఫ్‌ఎస్‌ఓ రాజు పాల్గొన్నారు.

రాకపోకలకు ఇబ్బందిగా ఉంది....



నాది సాలూరు పట్టణం. గత ఐదు నెలలుగా డయాలసిస్ చేయించుకుంటున్నాను. 108 వాహనంలో ప్రయాణించే అవకాశం లేక సాలూరు నుంచి పార్వతీపురం ప్రైవేటు వాహనంలో వస్తున్నాను. అటూఇటూ రాకపోకలకు చాలా ఇబ్బందిగా ఉంది. నెలకు నాలుగైదు సార్లు రావాల్సివస్తుంది. డయాలసిస్ పింఛన్‌కు దరఖాస్తు చేసి ఐదు నెలలు గడుస్తున్నా ఇప్పటివరకు మంజూరు కాలేదు.

– రావాడ అప్పారావు,
దయాలసిస్ రోగి, సాలూరు పట్టణం



పార్వతీపురం జిల్లా ఆస్పత్రిలోని దయాలసిస్ విభాగంలో చికిత్స పొందుతున్న రోగులు

కిడ్నీ రోగులపై..
కూటమి అక్కసు

- అధికారంలోకి వస్తూనే '108' వాహన సేవలు నిలిపివేత
- డయాలసిస్ సేవల కోసం వెళ్లాలంటే రోగులకు వ్యయప్రయాసలు

ఆపద సమయాన ఆదుకునే బండి..
ఫోన్ చేసినా రావడం లేదు.
ఆస్పత్రికి వెళ్లిరావాలంటే
రూ.వందల్లో వెచ్చించాల్సిన దుస్థితి.
వచ్చిన పింఛన్ డబ్బులు ఆటోలు, ప్రైవేటు వాహన చార్జీలకే ఖర్చవుతోంది. 'కూటమి' అక్కసుకు కిడ్నీ రోగులు విలవిల్లాడుతున్నారు. 108 సేవలను నిలిపివేయడంతో దయాలసిస్ కోసం ఆస్పత్రులకు వెళ్లేందుకు అగచాట్లు ఎదుర్కొంటున్నారు. ప్రాణాలను పణంగా పెట్టి రాకపోకలు సాగిస్తున్నారు. ఇదెక్కడి తీరు'బాబూ' అంటూ నిట్టూర్చుతున్నారు.

సాక్షి ప్రతినిధి, విజయనగరం:

108... అత్యవసర పరిస్థితుల్లో ప్రాణదాత! ఆ అవకాశాన్ని కిడ్నీ రోగులకు టీడీపీ నేతృత్వంలోని కూటమి ప్రభుత్వం దూరం చేసింది. డయాలసిస్ సేవల కోసం ప్రభుత్వాస్పత్రికి వెళ్లిరావాలంటే ప్రత్యక్ష నరకం చూపిస్తోంది. ఇలాంటి ఇబ్బందులు పడకూడదనే గత వైఎస్సార్‌సీపీ పభుత్వం కిడ్నీ రోగులు డయాలసిస్ సేవలకు వెళ్లిరావడానికి 108 వాహనంతో ఉచిత రవాణా సౌకర్యం కల్పించింది. కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వస్తూనే ఆ సౌకర్యాన్ని తొలగించింది. గత ఎనిమిది నెలలుగా అష్టకష్టాలు పడుతున్నా .. కనికరం లేకుండా వ్యవహరిస్తోందనే విమర్శలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.

ఉభయ విజయనగరం, పార్వతీపురం మన్యం జిల్లాల్లో కిడ్నీ రోగుల సంఖ్య క్రమేపీ పెరుగుతోంది. దీని తీవ్రతను బట్టి నెలలో రెండు మూడుసార్లు డయాలసిస్ చేయించుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఒక్కోసారి వారానికి రెండుసార్లు కూడా చేయాల్సిన పరిస్థితి ఉంటుంది. విజయనగరంలోని ప్రభుత్వ సర్వజన ఆస్పత్రి ఆవరణలో ఉన్న డయాలసిస్ సెంటర్‌లో 13 బెడ్‌లు ఉన్నాయి. రోజుకి మూడు షిఫ్టుల్లో 39 మందికి డయాలసిస్ చేస్తున్నారు. ఆయా రోగులు ప్రైవేటు వాహనాల్లోనే సుదూర ప్రాంతాల నుంచి వస్తున్నారు. పార్వతీపురం జిల్లా ఆస్పత్రిలో రోజుకు 45 మందికి మూడు షిఫ్టుల్లో డయాలసిస్ చేస్తున్నారు. పాలకొండ ఏరియా ఆస్పత్రిలో ఏర్పాటు చేసిన డయాలసిస్ కేంద్రంలో 14 బెడ్‌లు ఉన్నాయి. ప్రస్తుతం 40 మందికి అక్కడ డయాలసిస్ చేస్తున్నారు.



విజయనగరం ప్రభుత్వాస్పత్రి ఆవరణలోని దయాలసిస్ సెంటర్



విజయనగరం సర్వజన ఆస్పత్రి ఆవరణలోని దయాలసిస్ సెంటర్ వద్ద నిరీక్షిస్తున్న రోగుల బంధువులు

ఒకసారికి రూ.వెయ్యి వరకు ఖర్చు



విజయనగరంలో ఉన్న డయాలసిస్ సెంటర్‌లో భర్త నూకయ్యకు ఇంతవరకు 40 సార్లు దయాలసిస్ చేయించాం. వారానికి రెండుసార్లు వస్తున్నాం. వచ్చిన ప్రతిసారి రూ.వెయ్యి వరకు ఖర్చు అవుతోంది. గతంలో 108 అంబులెన్స్‌లో ఉచితంగా వచ్చేవారం. ఇప్పుడు ఇవ్వట్లేదని అడిగితే 108 సౌకర్యం కిడ్నీ రోగులకు టీడీపీ ప్రభుత్వం తీసేసిందని చెబుతున్నారు.

– పిల్లి చంద్రమ్మ,
రెడ్డివానివలస, మెంటాడ మండలం

పింఛన్ కూడా రాలేదు...



నేను గత నాలుగు నెలలుగా దయాలసిస్ చేయించుకుంటున్నాను. మా గ్రామం నుంచి పార్వతీపురం జిల్లా ఆస్పత్రికి రావడానికి వ్యయప్రయాసలు పడుతున్నాను. ప్రైవేటు వాహనంలో వస్తున్నాను. మూడు నెలలు గడుస్తున్నా పింఛన్ మంజూరు కాలేదు.

– కె.పార్వతి, దయాలసిస్ రోగి,
జి.శివడ గ్రామం, కురుపాం మండలం

ఆటోలో తీసుకొస్తున్నాం



మా ఆయన దన్నాన బంగారు నాయుడుకు విజయనగరంలో ఉన్న డయాలసిస్ సెంటర్‌కు తీసుకురావడానికి ఆటోకు రూ.600 ఇచ్చాం. డయాలసిస్ తర్వాత మా ఊరు వెళ్లడానికి మరో రూ.600 అవుతుంది. వారానికి రెండుసార్లు వచ్చి వెళ్తున్నాం. 108 అంబులెన్సులో రవాణా సౌకర్యం గతంలో మాదిరిగానే కల్పిస్తే మాలాంటి పేదవాళ్లకు ఉపయోగపడుతుంది.

– డి.మంగమ్మ,
అర్థివలస, చీపురుపల్లి మండలం

108 లేక ఆటోయే దిక్కు



దయాలసిస్ చేయించుకొనేందుకు నెలకు నాలుగుసార్లు ఆటోలో జిల్లా ఆస్పత్రికి వస్తున్నాను. 108 వాహనంలో తీసుకురావట్లేదు. ఆటోలో రావడానికి ఇబ్బంది పడుతున్నాం. నాతో వచ్చిన సహాయంగా వచ్చినవారు ఆస్పత్రి బయట వేచి ఉండాల్సిన పరిస్థితి. ప్రభుత్వం 108 వాహనాలను మాకు అందుబాటులోకి తీసుకురావాలి.

– డి.ఆదినారాయణ, దయాలసిస్
రోగి, చినమరికి, పార్వతీపురం మండలం

బస్సులో తీసుకురాలేకపోతున్నాం...



మా మామయ్య తవిటియ్య కిడ్నీ సమస్యతో బాధపడుతున్నాడు. గతంలో 108 వాహనం ద్వారా ఎటువంటి ఇబ్బంది లేకుండా పాలకొండ వచ్చి డయాలసిస్ చేయించి తీసుకువెళ్లేవాళ్లం. ఇప్పుడు 108 సేవలను ప్రభుత్వం నిలిపేసింది. కాయకష్టం చేసుకొని బతికేవాళ్లం. ఆ కొంత సంపాదన, పింఛన్ మొత్తం రాకపోకలకే సరిపోతున్నాయి. బస్సుల్లో తీసుకు రాలేకపోతున్నాం.

– బి. యశోద, మారేడుబాక, రాజాం మండలం

ప్రాణాలు పోయేటట్లు ఉన్నాయి



కిడ్నీ సమస్యతో దీర్ఘకాలంగా బాధపడుతున్నాను. రెక్కాడితేగాని డొక్కాడని గిరిజన కుటుంబం మాది. భార్య తవిటమ్మ సాయంతో పాలకొండ ఏరియా ఆస్పత్రికి నెలలో ఐదు సార్లు వచ్చి వెళ్తున్నాను. 40 కిలోమీటర్ల ప్రయాణం చేయాలంటే ప్రాణాలు పోయేట్లు ఉన్నాయి. ఒకసారి రాకపోకలకు రూ.800 వరకు ఖర్చు అవుతుంది. 108 సేవలు నిలిపివేయడంతో చాలా ఇబ్బందులు పడుతున్నాం.

– ఎస్.అప్పన్న, కర్లెమ్మ పరిధి, కొత్తూరు మండలం

నిబంధనలు పాటించని వారి లైసెన్స్‌లను రద్దు చేస్తాం

- కలెక్టర్ డాక్టర్ బీఆర్ అంబేడ్కర్



విజేతలకు జ్ఞాపికలు అందజేస్తున్న కలెక్టర్ డాక్టర్ బీఆర్ అంబేడ్కర్

విజయనగరం అర్బన్: రహదారి భద్రతా నియమాలు పాటించని వారి లైసెన్స్‌లను రద్దు చేస్తామని కలెక్టర్ డాక్టర్ బీఆర్ అంబేడ్కర్ హెచ్చరించారు. కలెక్టరేట్‌లో శనివారం జరిగిన కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడారు. వేగం కన్నా సురక్షితంగా చేరడం ముఖ్యమన్న విషయాన్ని ప్రతి వాహనచోదకుడు గుర్తించాలన్నారు. అనంతరం ఉత్తమ డ్రైవర్లుగా నిలిచిన కలెక్టర్, ఎస్పీ వాహనాల డ్రైవర్లు కృష్ణ, ప్రసన్న కుమార్, ఆర్టీసీలో పనిచేస్తున్న ఉత్తమ డ్రైవర్లకు, రహదారి భద్రతపై అవగాహన కలిగిస్తున్న ఎన్‌సీసీ కాడెట్లకు ప్రశంసా పత్రాలు, జ్ఞాపికలను అందజేశారు. సమావేశంలో ఉప రవాణా కమిషనర్ మణికుమార్, లారీ అసోసియేషన్, ఆటో అసోసియేషన్ ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

శిశు ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ అవసరం



శిశుగృహలో శిశువుతో ముచ్చటిస్తున్న పద్మావతి

విజయనగరం ఫోర్ట్: శిశువుల ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలని రాష్ట్ర బాలల హక్కుల పరిరక్షణ కమిషన్ సభ్యురాలు బత్తుల పద్మావతి అన్నారు. జిల్లా పర్యటనకు వచ్చిన ఆమె శనివారం కె.ఎల్.పురంలో ఉన్న శిశుగృహను తనిఖీచేశారు. ఇద్దరి శిశువుల ఆరోగ్యంపై ఆరా తీశారు. ఒక శిశువుకు సహస్ర అని నామకరణం చేశారు. పిల్లల వ్యక్తిగత రికార్డు తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలన్నారు. ఆ తర్వాత బాలసదన్‌ను పరిశీలించారు. స్పెషల్ డ్రైవ్ నిర్వహించి అర్బాన్, సెమి అర్బాన్ పిల్లలను తప్పనిసరిగా చేర్చుకోవాలన్నారు. వంటగది, పిల్లల మంచాలు పరిశీలించి స్వచ్ఛత, శుభ్రత మరింత పాటించాలని సూచించారు. పిల్లలకు ఆరోగ్య పరీక్షలు నిర్వహించారు. అనంతరం సీడీపీఓ, డీసీపీయూ, చైల్డ్‌లైన్, ఎంఈఓలతో నిర్వహించిన సమావేశంలో మాట్లాడారు. వచ్చేనెల 17 నుంచి 31వ తేదీ వరకు జరగనున్న 10 తరగతి పరీక్షలకు హాజరయ్యే విద్యార్థులకు అవసరమైన సదుపాయాలు కల్పించాలన్నారు. సమావేశంలో ఐసీడీఎస్ పీడీ రుక్సానా బేగం, సీడీపీఓలు ప్రసన్న, ఉమాభారతి, ఆరుద్ర, డీఈఓ మాణిక్యంనాయుడు, ఏపీసీ డాక్టర్ రామారావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కుటీర పరిశ్రమల ఏర్పాటుకు చేయూత

- ఏపీఎఫ్‌పీఎస్ జనరల్ మేనేజర్ సాయిశ్రీనివాస్



రైతులనుద్దేశించి మాట్లాడుతున్న జిల్లా ఉద్యానవనశాఖ అధికారి జమదగ్ని

లక్కవరపుకోట: ప్రధానమంత్రి సూక్ష్మ ఆహార శుద్ధి పరిశ్రమల క్రమబద్ధీకరణ పథకం (ఏపీఎఫ్‌పీఎస్)లో భాగంగా కుటీర పరిశ్రమలు ఏర్పాటు చేసే రైతులకు ఆర్థిక చేయూతనిస్తున్నట్లు ఆ సంస్థ జనరల్ మేనేజర్ సాయిశ్రీనివాస్ తెలిపారు. మండలంలోని భీమాళి గ్రామంలో మామిడి తాండ్ర తయారీదారులకు శనివారం నిర్వహించిన అవగాహన కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడారు. కుటీర పరిశ్రమలో తయారుచేసిన ఉత్పత్తులకు మార్కెటింగ్ సదుపాయం కల్పిస్తామన్నారు. ఉద్యానవనశాఖ అధికారి ఎ.వి.జమదగ్ని మాట్లాడుతూ కుటీర పరిశ్రమ ఏర్పాటుకు రైతు వాటాగా 10 శాతం చెల్లిస్తే 90 శాతం బ్యాంక్ రుణం రూపంలో ప్రభుత్వం అందజేస్తుందన్నారు. ఇందులో 35 శాతం రాయితీ వర్తిస్తుందని చెప్పారు. ఉద్యానవన శాఖ పరిధిలో ఏర్పాటుకు అవకాశమున్న పరిశ్రమలపై అవగాహన కల్పించారు. కార్యక్రమంలో హెచ్‌ఓ పప్పుపద్మ, డీఆర్‌పీ కె.శ్రీనివాస్‌రావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మాతాశిశు మరణాల నివారణకు చర్యలు



సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న డీఎంహెచ్‌ఓ జీవనరాణి

విజయనగరం ఫోర్ట్: మాతాశిశు మరణాలు జరగకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని డీఎంహెచ్‌ఓ డాక్టర్ జీవనరాణి తెలిపారు. జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ కార్యాలయంలో బొండపల్లి, దేవుపల్లి, వెలగాడ, సతివాడ, జామి, గంట్యాడ, పీఎం పాలేం, కొట్టాం, పోలిపల్లి, జరజాపుపేట యూపీహెచ్‌సీ వైద్యాధికారులు, సిబ్బందితో ఆమె సమావేశమయ్యారు. హైరిస్క్ గర్భిణులను త్వరితగతిన గుర్తించి సుఖ ప్రసవమయ్యేలా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. గర్భిణులు, పిల్లలకు వ్యాధి నిరోధక టీకాలు శతశాతం వేయాలన్నారు. 100 రోజుల టీబీ కార్యక్రమంలో భాగంగా ప్రజలకు విస్తృత అవగాహన కల్పించాలన్నారు. వైద్య సేవల వివరాలను ఆన్‌లైన్‌లో పొందుపరచాలని సూచించారు. సమావేశంలో డీఎల్‌ఓ డాక్టర్ కె.రాణి, డీఐఓ డాక్టర్ అచ్యుతకుమారి, ఎన్‌సీడీ పీఓ డాక్టర్ సుబ్రమణ్యం, డీఎస్‌ఓ డాక్టర్ సత్యనారాయణ, డెమో వి. చిన్నతల్లి, డీఎంఓ వై.మణి, ఎస్‌ఓ ధర్మారావు, డీపీహెచ్‌ఎన్‌ఓ మామిడి సత్యవతి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆరోగ్యం కోసం చెత్తను ఊడ్చేద్దాం



పరిసరాల పరిశుభ్రతతో ఆరోగ్యం సిద్ధిస్తుందని ప్రభుత్వ సర్వజన ఆస్పత్రి సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ అప్పలనాయుడు అన్నారు. స్వచ్ఛఆంధ్రా–స్వచ్ఛ దివస్ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఆస్పత్రి ఆవరణలోని చెత్తా చెదారాన్ని శనివారం తొలిగించారు. దాసన్నపేట విద్యుత్ భవన్ వద్ద తుప్పలు, చెత్తా చెదారాన్ని విద్యుత్ శాఖ సిబ్బంది తొలగించారు. కార్యక్రమాల్లో ఆస్పత్రి డిప్యూటీ సూపరింటెండెంట్‌లు పి.ఎ.రమణి, శ్రీధర్, విద్యుత్ శాఖ ఎస్ఈ ముప్పల లక్ష్మణరావు, డీజీఎం లక్ష్మీనారాయణ, సీనియర్ అకౌంట్స్ ఆఫీసర్ రాంబాబు, తదితరులు పాల్గొన్నారు. – విజయనగరం ఫోర్ట్

గురుకులాల్లో శతశాతం ఉత్తీర్ణతే లక్ష్యం



గురుకులంలో రక్షితనీటిశుద్ధి ప్లాంట్‌ను పరిశీలిస్తున్న డీసీ

బాడంగి: విజయనగరం, పార్వతీపురం ఉమ్మడి జిల్లాల్లోని అంబేడ్కర్ గురుకులాల్లో ఈ ఏడాది పదోతరగతి పరీక్షల్లో శతశాతం ఫలితాల సాధనే లక్ష్యంగా బోధన సాగిస్తున్నామని ఉమ్మడి జిల్లాల గురుకుల పాఠశాలల సమన్వయకర్త ఎస్.రూపావతి చెప్పారు. బాడంగి గురుకుల బాలుర పాఠశాలను ఆమె శనివారం సందర్శించారు. విద్యార్థులకు స్టడీఅవర్స్, వారాంతపు పరీక్షల నిర్వహణతో పాటు చదువులో వెనుకబడినవారిని టీచర్లు దత్తత తీసుకుని ప్రత్యేక తర్ఫీదునిస్తున్నారన్నారు. అనంతరం క్లీన్ అండ్ గ్రీన్‌లో భాగంగా పాఠశాల ఆవరణలో మొక్కను నాటారు. వివిధ పోటీల్లోని విజేతలకు బహుమతులను ప్రదానం చేశారు. కార్యక్రమంలో ప్రిన్సిపాల్ నారాయణరావు, రాందాస్ పాల్గొన్నారు.

గురువులకు
క్లస్టర్ కష్టాలు

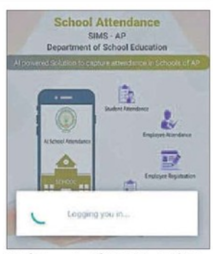
- కూటమి సర్కారు వింత నిర్ణయంపై సర్వత్రా విమర్శలు
- తూతూ మంత్రంగా 162 క్లస్టర్ కాంప్లెక్స్ సమావేశాలు
- టీచర్లకు మీటింగ్.. విద్యార్థులకు సెలవు
- అడుగడునా సాంకేతిక ఇబ్బందులు

విజయనగరం అర్బన్:

విద్యాబోధనలో మెలకువలు, వృత్తి నైపుణ్యాలు పెంపొందించేందుకు శనివారం నిర్వహించిన క్లస్టర్ సమావేశాలు గందరగోళంగా మారాయి. ఓ వైపు విద్యార్థులు తరగతులకు దూరంకాగా... ఉపాధ్యాయులు ఉరుకులు పరుగులతో క్లస్టర్ సమావేశాలకు పరుగుతీయాల్సి వచ్చింది. బస్సు సర్వీసులు లేని రూట్లలో ఆపసోపాలు పడ్డారు. తీరా సమావేశాలకు వెళ్లాక అడుగడుగునా సాంకేతిక సమస్యలతో సమావేశ లక్ష్యం నీరుగారింది. విద్యాశాఖ సమున్నత లక్ష్యంతో ఉపాధ్యాయులకు నిర్వహిస్తున్న 'స్కూల్ కాంప్లెక్స్ సమావేశాల' విధానాన్ని సంస్కరణ పేరుతో కూటమి ప్రభుత్వం నిర్వీర్యం చేస్తోందని ఉపాధ్యాయలోకం పెదవి విరిచింది. జిల్లా వ్యాప్తంగా ఏ-కేటగిరీకి చెందిన 131 క్లస్టర్లు, బీ-కేటగిరీకి చెందిన 31 క్లస్టర్లలో నిర్వహించిన క్లస్టర్ సమావేశాలు లక్ష్యానికి భిన్నంగా సాగాయన్న వాదన వినిపించింది. గతంలో రెండు రోజులపాటు స్కూల్ కాంప్లెక్స్ సమావేశాలు జరిగేవి. తొలిరోజు 50 శాతం మంది, తర్వాత రోజు 50 శాతం మంది ఉపాధ్యాయులు హాజరుతో నిర్వహించే వారు. దీంతో ఇబ్బందులు ఉండేవికావు. తరగతులు యథావిధిగా సాగేవి. కూటమి ప్రభుత్వం స్కూల్ కాంప్లెక్స్ స్థానంలో క్లస్టర్ విధానం తెచ్చింది. ప్రతి నెలా మూడో శనివారం క్లస్టర్ సమావేశాలు నిర్వహించాలని ఆదేశాలు జారీచేసింది. ఆ రోజు ఉదయంపూటకే తరగతులను పరిమితం చేసింది. మధ్యాహ్నం సెలవు ఇచ్చి క్లస్టర్ సమావేశాలకు హాజరుకావాలని ఉత్తర్వులు జారీచేసింది. దీనివల్ల విద్యార్థులకు ఒక పూట చదువులు దూరమయ్యాయి. టీచర్లు మధ్యాహ్న భోజనాన్ని 12 గంటలకే ముగించి సమావేశాలకు హాజరుకావాల్సి వచ్చింది. క్లస్టర్ స్కూల్ సమావేశాలకు సాంకేతిక ఇబ్బందులు తలెత్తాయి. స్క్రీన్ ప్రదర్శనతో ఐఎఫ్‌టీ ద్వారా నిర్వహించిన బోధన నైపుణ్య తరగతులకు కొన్నిచోట్ల ఇంటర్నెట్ లింక్ అంతరాయం ప్రతి అరగంటకు ఒకసారి తలెత్తింది. ఉపాధ్యాయులు విసిగిపోయారు. క్లస్టర్ స్కూళ్లకు హాజర తప్పనిసరి కావడంతో ఉపాధ్యాయులు తమ హాజరు నమోదు సీరియస్‌గా తీసుకున్నారు. హాజరు నమోదు యాప్ పనిచేయక పోవడం వల్ల హాజరు వివరాల నమోదు రాత్రి వరకు సాధ్యం కాలేదని తెలిసింది.



గజపతినగరం మండలంలోని క్లస్టర్ స్కూల్ సమావేశంలో ఉపాధ్యాయులు



సాంకేతిక ఇబ్బందులతో నిలిచిపోయిన బోధన నైపుణ్య ప్రదర్శన

తప్పని ఇబ్బందులు

క్లస్టర్ సమావేశాలు మధ్యాహ్నం ఒంటి గంట నుంచి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు నిర్వహించారు. నెల్లిమర్ల, మెంటాడ, రామభద్రపురం తదితర మండలాల్లో రవాణా సదుపాయాలు లేక క్లస్టర్ సమావేశాలకు వెళ్లడానికి ఉపాధ్యాయులు ఇబ్బంది పడ్డారు. ఆయా ప్రాంతాలకు వెళ్లే రూట్లలో ఉదయం, సాయంత్రం పూట మాత్రమే బస్సుల సౌకర్యం ఉంటుంది. కేవలం గంట వ్యవధిలో వెళ్లేందుకు నానాపాట్లు పడాల్సి వచ్చింది.

క్లుప్తంగా

రైల్వే జీఎం పర్యటనకు శరవేగంగా ఏర్పాట్లు



ప్రహరీ గోడలపై రంగులద్దుతున్న పెయింటర్‌లు

విజయనగరం టౌన్: ఈస్ట్‌కోస్ట్ రైల్వే జనరల్ మేనేజర్ పరమేశ్వర్ ఈ నెల 17న సోమవారం జిల్లా పర్యటన నేపథ్యంలో స్థానిక రైల్వేస్టేషన్‌లో అభివృద్ధి పనులు శరవేగంగా జరుగుతున్నాయి. అన్ని శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో రైల్వేస్టేషన్ ప్రాంగణాన్ని అత్యాధునిక హంగులతో ముస్తాబు చేస్తున్నారు. 17న ప్రత్యేక రైల్లో భువనేశ్వర్ నుంచి బయలుదేరి రాయగడ ఇన్‌స్పెక్షన్ చేసిన తర్వాత నేరుగా విజయనగరం చేరుకుంటారని అధికారులు తెలిపారు.

లెండి ఇంజినీరింగ్ కళాశాలలో రక్తదాన శిబిరం



రక్తదానం చేస్తున్న విద్యార్థులు

డెంకాడ: రక్తదానం చేయడం వల్ల ఆపదలో ఉన్న మరో ప్రాణాన్ని కాపాడవచ్చని లెండి ఇంజినీరింగ్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ వీవీ రామారెడ్డి అన్నారు. సామాజిక సేవా కార్యక్రమాల్లో భాగంగా మండలంలోని జొన్నాడ వద్ద ఉన్న లెండి ఇంజినీరింగ్ కళాశాలలో ఎన్ఎస్ఎస్ యూనిట్ ఆధ్వర్యంలో శనివారం రక్తదాన శిబిరం నిర్వహించారు. విద్యార్థులు, అధ్యాపకులు 250 యూనిట్ల రక్తదానం చేశారు. ఈ సందర్భంగా ప్రిన్సిపాల్ మాట్లాడుతూ.. రక్తదానం చేయడం వల్ల ఎటువంటి అనారోగ్య సమస్యలు తలెత్తవన్నారు. విద్యార్థి దశ నుంచే సేవా భావాన్ని అలవరుచుకోవడం గొప్ప విషయమన్నారు. కార్యక్రమంలో విజయనగరానికి చెందిన ఎన్‌వీఎన్, రోటరి పార్వతిదేవి అంచలియా వలంటరీ బ్లడ్‌బ్యాంక్, విశాఖకు చెందిన ఎన్‌టీఆర్ మెమోరియల్ ట్రస్ట్ బ్లడ్‌బ్యాంక్, రోటరీ బ్లడ్‌బ్యాంక్, ఏఎస్ రాజా వలంటీర్ బ్లడ్ బ్యాంక్‌లు పాల్గొని రక్తసేకరణ చేపట్టాయని వైస్ ప్రిన్సిపాల్ టి. హరిబాబు తెలిపారు.

కారును ఢీకొన్న స్కూటర్

- ఇద్దరికి తీవ్ర గాయాలు



ఫ్లైఓవర్‌పై అచేతనంగా పడి ఉన్న యేసు

బొబ్బిలి: పట్టణంలోని రైల్వే ఫ్లైఓవర్ బ్రిడ్జిపై శనివారం జరిగిన ప్రమాదంలో ఇద్దరు యువకులు తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. సాలూరు పట్టణం మెంటాడ వీధికి చెందిన ముగ్గురు యువకులు ఓ ఫంక్షన్ కార్యక్రమానికి హాజరై తిరుగు ప్రయాణంలో ఫ్లైఓవర్ బ్రిడ్జిపై ఓ కారును ఢీకొన్నారు. ఒకే స్కూటర్‌పై ముగ్గురు యువకులు వెళ్తుండగా ఫ్లైఓవర్‌పై ఎదురుగా వస్తున్న కారును ఢీకొన్నారు. ఈ ప్రమాదంలో వాడపల్లి యేసు కృపాకర్, పట్నాన ప్రసాద్‌లు తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. మరో యువకుడు గనివాడ శేఖర్‌కు స్వల్ప గాయాలయ్యాయి. 108లో స్థానిక సీహెచ్‌సీకి తరలించి చికిత్స అందించారు. పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదంలో యువకుడు మృతి



మృతుడు నవీన్

ఎచ్చెర్ల క్యాంపస్: మండలంలోని కుశాలపురం సమీపంలో బైపాస్ కూడలి వద్ద శనివారం జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో సవర నవీన్ (21) అనే యువకుడు మృతి చెందాడు. బంధువుల అమ్మాయితో కలిసి బైక్‌పై విశాఖపట్నం నుంచి శ్రీకాకుళం వైపు వస్తుండగా వేకువజామున 5.30 గంటల సమయంలో ఈ ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. అయితే బైకు అదుపు తప్పిందా.. గుర్తు తెలియని వాహనం ఢీ కొట్టిందా అనే విషయం తెలియడం లేదు. అంబులెన్స్ వచ్చేలోగానే నవీన్ మృతి చెందగా.. యువతి స్వల్ప గాయాలతో బయటపడింది. మృతదేహాన్ని రిమ్స్‌కు తరలించిన పోలీసులు.. గాయపడిన యువతిని శ్రీకాకుళం రిమ్స్‌లో చేర్పించారు. మృతుడి కుటుంబ సభ్యుల ఫిర్యాదు మేరకు పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు. నవీన్ స్వగ్రామం పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా సీతంపేట మండలం కుడ్డపల్లి. తండ్రి అనప పోలీస్ కానిస్టేబుల్‌గా విధులు నిర్వర్తిస్తూ గత ఏడాది ఫిబ్రవరిలో అనారోగ్యంతో మృతి చెందారు. సరిగ్గా ఏడాదికే కుమారుడు కూడా మృతి చెందడంతో కుటుంబ సభ్యులు విషాదంలో మునిగిపోయారు.

చికెన్

బ్రాయిలర్

లైవ్	డ్రెస్‌డ్	స్కిన్‌లెస్
₹110	₹190	200

కూటమి ప్రభుత్వంలో అన్నదాతకు అష్టకష్టాలు తప్పడం లేదు. రైతుభరోసా వంటి పథకాలు ఎలానూ అందలేదు. ఆర్‌బీకేల్లో విత్తనం నుంచి యూరియా వరకు గత వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వంలో రైతులకు సకాలంలో అందేవి. ప్రస్తుతం ఆ పరిస్థితులేవు. చివరకు యూరియా కూడా లేదనే స్టాక్ బోర్డులు వెలుస్తున్నాయి. దీంతో ప్రైవేటు వ్యాపారులు యూరియాను అధిక ధరలకు విక్రయిస్తూ అన్నదాతను దోచుకుంటున్నారు.

యూరియా.. నో స్టాక్..!



పీఏసీఎస్ వద్ద నో స్టాక్ బోర్డు

- దర్శమిస్తున్న బోర్డులు
- బ్లాక్ మార్కెట్‌లో రూ.350లు
- అన్నదాతకు తప్పని యూరియా కష్టాలు

గజపతినగరం రూరల్: కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చాక వ్యవసాయ రంగం కుదేలవుతోంది. రైతులకు ఇవ్వాల్సిన రాయితీలు ఇవ్వకపోగా పండించిన పంటలకు గిట్టుబాటు ధరలు కూడా లభించకపోవడంతో అరకొర ధరలకు అమ్ముకుంటూ నష్టాల పాలవుతున్నారు. మరో వైపు అన్నదాతకు యూరియా అందించడంలో ప్రభుత్వం విఫలమవుతోంది. మార్కెట్‌లో యూరియా కొరత ఉండటంతో బ్లాక్ మార్కెట్‌లో అధిక ధరలకు వ్యాపారులు విక్రయిస్తూ రైతులను నిలువునా దోచుకుంటున్నారు. ఇదిలా ఉంటే రైతులు పీఏసీఎస్‌లు, రైతు సేవా కేంద్రాల చుట్టూ ఎంత తిరిగినా లభ్యం కావడం లేదు. గజపతినగరం మండలంలో 20 రైతు సేవా కేంద్రాలున్నాయి. ఏ కేంద్రంలో కూడా



బ్లాక్ మార్కెట్లో యూరియా

యూరియా ఒక్క బస్తా కూడా స్టాక్ లేకపోవడంతో కేంద్రాల నుంచి వెనుదిరుగుతున్నారు. పీఏసీఎస్‌ల్లో కూడా ఇదే పరిస్థితి నెలకొంది. యూరియా కోసం వెళ్లిన రైతులకు యూరియా నో స్టాక్ అనే బోర్డును తగిలించి అధికారులు వెనక్కి పంపేస్తున్నారు. మండలంలోని రబీలో వరిని సాగు చేస్తున్న రైతులకు ఎకరానికి కనీసం ఐదు బస్తాలైన యూరియా వేయాల్సి ఉంటుంది. మార్కెట్‌లో యూరియా కొరత వల్ల ఒక్క బస్తా కూడా వేయలేని పరిస్థితి నెలకొందని రైతులు వాపోతున్నారు.

బ్లాక్‌లో రూ.360 పైమాటే

సాధారణంగా మార్కెట్‌లో యూరియా బస్తా రూ.266 ఉంది. ప్రస్తుతం యూరియా సరఫరా లేనందున దళారులు బ్లాక్‌లో బస్తాను రూ.350లకు పైగానే విక్రయిస్తున్నారు. అది కూడా అత్యంత గోప్యంగా విక్రయిస్తున్నారు. దీంతో సామాన్యులకు యూరియా అందని ద్రాక్షగా మారింది. యూరియా కోసం ఎంత తిరిగినా లభించడం లేదు. మునుపెన్నడూ ఇలాంటి పరిస్థితి చూడలేదని రైతులు చెబుతున్నారు. అధిక ధరలు, బ్లాక్ మార్కెట్ను నియంత్రించాల్సిన ప్రభుత్వం పట్టించుకోవడం లేదని రైతులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

మునుపెన్నడూ ఇలా లేదు..

గత వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వంలో పుష్కలంగా ఎరువులు రైతు భరోసా కేంద్రాలలోనే ఎప్పుడు కావాలంటే అప్పుడే లభించేవి. ఇప్పుడు స్టాక్ లేదంటున్నారు. యూరియా కోసం తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నాం. ప్రైవేటు వ్యాపారుల వద్ద యూరియా అడిగితే రూ.360 నుంచి 400 చెబుతున్నారు. పీఏసీఎస్‌ల వద్ద కూడా నో స్టాక్ అనే బోర్డు పెట్టారు. కూటమి ప్రభుత్వం వచ్చిన తరువాత రైతులకు అందుతున్న సేవల్లో తీవ్ర జాప్యం జరుగుతోంది.

– బొత్స అప్పన్న, రైతు, కొత్తబగ్గాం

ఇబ్బంది పడుతున్నాం..

యూరియా లభించక ఇబ్బంది పడుతున్నాం. మండలంలో ఏ రైతుభ రోసా కేంద్రాంలో కూడా యూరియా ఉండటం లేదని సమాచారం. గతంలో ఇటువంటి పరిస్థితి లేదు. బ్లాక్ మార్కెట్లో లభిస్తున్న యూరియా ప్రభుత్వ రైతుసేవా కేంద్రాలలో ఎందుకు లభించడం లేదో అర్థం కావడం లేదు. ప్రభుత్వం దృష్టి సారించి యూరియా రైతులకు అందించేలా చర్యలు తీసుకోవాలి

–పి.పైడితల్లి, రైతు, సీతారామాపురం

ఫిర్యాదు చేస్తే చర్యలు

యూరియా బ్లాక్‌లో అమ్ముతున్నట్లు మా దృష్టికి రాలేదు. ఎవరైనా ఫిర్యాదు చేస్తే వారిపై చర్యలు తీసుకుంటాం. అలాగే రైతు సేవా కేంద్రాలలో యూరియా కొరత ఉంది. రెండు రోజుల్లో స్టాక్ తెప్పించడం జరుగుతుంది. రైతులు ఇబ్బంది పడాల్సిన అవసరం లేదు.

–మహారాజన్, ఏడీఏ, గజపతినగరం

ఉత్సాహంగా గుర్రాల పరుగు పోటీలు



నల్లబిల్లిలో గుర్రాల పరుగు ప్రదర్శనలో దౌడు తీస్తున్న గుర్రం

వేపాడ: మండలంలోని నల్లబిల్లి గ్రామంలో శనివారం నిర్వహించిన గుర్రాల పరుగు ప్రదర్శన ఉత్సాహంగా సాగింది. ఈ పోటీల్లో విశాఖ, అనకాపల్లి, విజయనగరం జిల్లాలకు చెందిన 19 గుర్రాలు పాల్గొన్నాయి. వీటిలో విశాఖ జిల్లా పెందుర్తికి చెందిన సురేంద్ర గుర్రం ప్రథమ, నల్లబిల్లికి చెందిన అన్నవరం గుర్రం రెండో స్థానం, రాయపురాజుపేట ఖాళీ గుర్రం తృతీయ స్థానాల్లో నిలిచి వరుసగా రూ.10వేలు, 8వేలు, 6వేలు నగదు బహుమతులు గెలుచుకున్నాయి. కమిటీ నిర్ణయించిన గ్రౌండ్‌లో నాలుగు పర్యాయాలు గుర్రాలు దౌడు తీశాయి. విజేతలకు గ్రామపెద్దలు, దాతల చేతుల మీదుగా నగదు బహుమతులు అందజేశారు. స్వామివారికి ఉదయం నుంచి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. తోమడపెద్దుతో గ్రామ పురవీధుల్లో ఊరేగింపు నిర్వహించారు.

వల్లూరు ఎఫ్ఏ తొలగింపు

నెల్లిమర్ల: మండలంలోని వల్లూరు గ్రామ ఉపాధి హామీ ఫీల్డ్ అసిస్టెంట్ బి.చంద్రకళను తాత్కాలికంగా విధుల నుంచి తొలగించినట్లు ఎంపీడీఓ రామకృష్ణరాజు శనివారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఇటీవల నిర్వహించిన సోషల్ ఆడిట్‌లోనూ, గ్రామస్తుల నుంచి ఆమెపై ఫిర్యాదుల మేరకు విచారణ చేపట్టినట్లు చెప్పారు. సదరు విచారణ మేరకు ఆమెను తొలగిస్తూ డ్వామా పీడీ ఉత్తర్వులు జారీ చేశారన్నారు. 14 రోజుల్లోగా పీడీకీ అప్పీల్ చేసుకునే అవకాశం కల్పించినట్లు ఎంపీడీఓ పేర్కొన్నారు.



చీపురు పట్టిన ఎస్పీ

ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన స్వచ్ఛ ఆంధ్రా – స్వచ్ఛ దివాస్ కార్యక్రమంలో భాగంగా పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా ఎస్పీ ఎస్‌వీ మాధవరెడ్డి స్వయంగా చీపురు పట్టి కార్యాలయ ఆవరణలో పరిసరాలను పరిశుభ్రం చేశారు. సిబ్బందికి స్ఫూర్తిగా నిలుస్తూ ముందుకు సాగారు. పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచడం ద్వారా ఆరోగ్యవంతంగా ఉండవచ్చని పేర్కొన్నారు. పరిసరాల పరిశుభ్రత ద్వారా వ్యాధులకు దూరంగా ఉండవచ్చన్నారు. కార్యక్రమంలో డీసీఆర్‌బీ సీఐ సుధాకర్, స్పెషల్ బ్రాంచ్ సీఐ రమేష్‌తో పాటు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

– పార్వతీపురం టౌన్

పరీక్షల కాలం..యోగాసనాలతో ఏకాగ్రత

- ఒత్తిడిని జయించవచ్చు..
- ప్రాణాయామం.. ఎంతో ప్రయోజనం
- రోజూ 25 నిమిషాలు చేస్తే ఎంతో మేలు
- ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుదల



సీతంపేట వైటీసీ ఆవరణలో యోగాసనాలు వేస్తున్న విద్యార్థులు

వీరఘట్టం: విద్యార్థులకు ఇది పరీక్షల కాలం. మార్చి 1 నుంచి ఇంటర్మీడియట్ పబ్లిక్ పరీక్షలు, మార్చి 17 నుంచి పదో తరగతి పరీక్షలు. నీట్ నుంచి ఐఐటీ వరకు సిద్ధమవుతున్న విద్యార్థులకు ఇది కష్టకాలం. అన్నింటికి మార్కులతో కుస్తీ పడాలి. ఇది కేవలం జ్ఞాపకశక్తితో చేసే పోరాటం కాదు. ప్రశాంత చిత్తానికి ఏకాగ్రతకు లంకె కుదరాలి. లక్ష్య సాధనకు అలుపెరగని ప్రయత్నానికి అన్వయం సరిపోవాలి. పుస్తకాలు ముందేసుకొని గంటల కొద్ది కుస్తీ పడితే సాగిపోయే వ్యాసంగం కాదిది. మనలోని అణువనువు చైతన్యవంతమైతే లక్ష్యం పాదాక్రాంతమవుతుంది. అలాంటి శక్తులను నిచ్చేది విద్యార్థిలో అనంత శక్తులను నింపగలిగేది యోగా ఒక్కటేనని నిపుణులు చెబుతున్నారు. యోగాలో ప్రాణాయామం, ఆసనం వంటి ప్రక్రియలు ఉన్నాయి. వీటిని రోజుకు 25 నిమిషాలు సాధన చేస్తే చాలు ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి పెరగటంతో పాటు శారీరక రుగ్మతలు దూరమవుతాయి. ఆత్మ విశ్వాసం పెంపొందుతుంది. పరీక్షల్లో మంచి మార్కులు సాధించడానికి దోహదపడుతుందని యోగా గురువులు చెబుతున్నారు. ఇందులో భాగంగా మండలంలోని వీరఘట్టం, తలవరం జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో ప్రతీ రోజూ పదో తరగతి విద్యార్థులు 25 నిమిషాల పాటు యోగాసనాలు వేస్తూ ఏకాగ్రతను తమ సొంత చేసుకుంటున్నారు.

ప్రాణాయామం

పిల్లల్లో ఒత్తిడిని దూరం చేసేందుకు జ్ఞాపకశక్తి, చక్కటి ఆరోగ్యం ఏకాగ్రత పెంపొందించడంలో ప్రాణాయామం ఉపయోగపడతాయి. ఇది కళ్లు మూసుకొని పద్మాసనంలో నిటారుగా కూర్చొని శ్వాసపైనే ధ్యాస ఉంచి చేయాల్సినవి. తాటక క్రియ, ఓంకాయ ఉచ్ఛారణ కూడా మంచి ఫలితాలను ఇస్తాయి. ఇవన్నీ 10 నుంచి 12 నిమిషాలు చేయాలి.

భ్రమిరి

పద్మాసనం(సిద్ధాసనం)లో నేలపై కూర్చొని చేతులు బ్రొటన వేలుతో చెవులను మూసి, చూపుడు వేలును నుదిటిపై ఉంచాలి. మిగిలిన మూడు వేలుతో కళ్లు మూయాలి. తర్వాత దీర్ఘశ్వాస తీసుకొని గొంతు ద్వారా తుమ్మెద నాదం చేస్తూ నెమ్మదిగా ముక్కు ద్వారా శ్వాసను వదలాలి.

ఉద్గిత్

పద్మాసనంలో చిన్ముద్రతో దీర్ఘశ్వాస తీసుకోవాలి. ఓం అంటూ శబ్దం చేస్తూ శ్వాసను వదలాలి. ఇలా చేయడం ద్వారా ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది.

ప్రణవ

పద్మాసనం వేసుకొని ధ్యానం చేస్తున్నట్లు కళ్లు మూసుకొని కూర్చోవాలి. మనసును అదుపులోనికి తీసుకొచ్చిన తర్వాత చదివిన అంశాలను మననం చేసుకోవాలి. దీని ద్వారా మతి మరుపు సమస్య దూరం చేయవచ్చు.

బస్త్రిక

పద్మాసనం వేసి వెన్నుముకను నిటారుగా ఉంచి కూర్చోవాలి. కళ్లు మూసుకొని దీర్ఘ శ్వాస తీసుకోవడం, నెమ్మదిగా వదలడం చేయాలి. ఇలా చేయడం ద్వారా ఒత్తిడిని అధిగమించి జ్ఞాపకశక్తిని పెంపొందించుకోవచ్చు.

అనులోమ, విలోమ

పద్మాసనంలో కూర్చొని ఎడమచేతిని జ్ఞాన ముద్రలో ఉంచాలి. కుడి చేతి బొటనివేలును కుడి నాసికను మూసి ఎడమ నాసిక ద్వారా నెమ్మదిగా దీర్ఘ శ్వాస తీసుకోవాలి. తర్వాత కుడి నాసికపై బొటన వేలిని తీసేసి ఎడమ నాసికను మూడు వేలుతో మూసి నాసికల ద్వారా నెమ్మదిగా శ్వాస వదలాలి. అలా కుడి, ఎడమ నాసికల ద్వారా శ్వాస ప్రక్రియ చేయాలి. దీనివల్ల జ్ఞాపకశక్తి పెరగడంతో పాటు మానసిక రుగ్మతలు తొలుగుతాయి.

తాటక ప్రక్రియ

వజ్రాసనంలో నిటారుగా కూర్చోవాలి. ఎదురుగా రెండు అడుగుల దూరంలో దీపం లేదా గోడకు బొట్టు పెట్టి దానిపై దృష్టి పెట్టాలి. అలా కాని పక్షంలో కుడి చేతి బొటనవేలిని ముందుకు చాచి ఆ వేలిపైనే ఏకాగ్రతతో దృష్టిని నిలపాలి. ఇలా సాధన చేయడం వల్ల భవిష్యత్‌లో కంటి సమస్యలు రాకుండా నివారించవచ్చు.

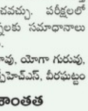
ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది



యోగాసనాలతో విద్యార్థుల్లో మానసిక పరివర్తనతో పాటు, శారీరక పెరుగుదల ఉండి, ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది. ఉజ్వల భవిష్యత్‌కు యోగా దోహదపడుతుంది. యోగాసనాలు వలన విద్యార్థులు క్షణికావేశానికి గురికాకుండా ఒత్తిడిని జయించగలుగుతారు. ప్రతి దినం సాధనం చేస్తే ఏకాగ్రత సాధించవచ్చు. పరీక్షలలో నిర్భయంగా ప్రశ్నలకు సమాధానాలు రాయగలుగుతారు.

– కె.జనార్ధనరావు, యోగా గురువు, తలవరం జెడ్పీహెచ్ఎస్, వీరఘట్టం

మానసిక ప్రశాంతత



యోగాసనాలు వలన విద్యార్థుల్లో మానసిక ప్రశాంతత కలుగుతుంది. మార్కుల కోసం కుస్తీ పడుతున్న ఈ పోటీ ప్రపంచాన్ని ఎదుర్కోవాలంటే విద్యార్థులకు యోగాయే సరైన మార్గం. దీని వలన జ్ఞాపకశక్తి పెరిగి విద్యార్థులు పరీక్షలను ధైర్యంగా రాయవచ్చు.

– శిర్లాపు ఉమామహేశ్వరరావు, పీడీ, బాలుర ఉన్నత పాఠశాల, వీరఘట్టం

నిత్య సాధన చేయాలి

యోగాసనాలతో పాటు ప్రాణాయామం నిత్య సాధన చేయడం ద్వారా ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది. పరీక్షల సమయంలో సాధారణంగా తలెత్తే ఒత్తిడి సమస్యలను అధిగమించవచ్చు. దీని వల్ల పరీక్షలకు బాగా సిద్ధమవ్వొచ్చు. మంచి మార్కులు సాధించవచ్చు.

పరామర్శకు వెళ్తూ.. మృత్యు ఒడిలోకి...

- ఆటోలో నుంచి జారిపడి మహిళ మృతి
- కొరటాం సమీపంలో ఘటన
- మృతురాలిది మెరకముడిదాం మండలం ఉత్తరావల్లి గ్రామం



ఆటోలో నుంచి జారిపడి మృతి చెందిన మర్రి పద్మ

తెర్లాం: బంధువులు మృతి చెందారని తెలిసి పరామర్శకు బయలుదేరి వెళ్తూ.. మార్గమధ్యలో ఆటోలో నుంచి జారిపడిన మహిళ మృతి చెందిన సంఘటన ఇది. దీనికి సంబంధించి తెర్లాం ఎస్ఐ సాగర్‌బాబు శనివారం తెలిపిన వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి. మెరకముడిదాం మండలం ఉత్తరావల్లి గ్రామానికి చెందిన మర్రి పద్మ(39) ఆటోలో నుంచి జారిపడి అక్కడికక్కడే మృతి చెందింది. బలిజిపేట మండలం గంగాడలో బంధువులు మరణించారన్న వార్త తెలుసుకొని గ్రామస్తులతో కలిసి పద్మ బయలుదేరి ఆటోలో వెళ్తుంది. ఆటోలో వెనుక కూర్చొన్న ఆమె మండలంలోని కొరటాం గ్రామ సమీపంలోకి వచ్చే సరికి జారి పడిపోయింది. తల వెనుక భాగంలో రోడ్డు బలంగా తగలడంతో పద్మ అక్కడికక్కడే మృతి చెందింది. ఆమె మృతి చెందిన విషయం తెలుసుకొని భర్త దుర్గారావు వెంటనే సంఘటనా స్థలానికి చేరుకొని కన్నీరుమున్నీరుగా విలపించాడు. బంధువుల పరామర్శకు వెళ్తూ మృత్యు ఒడికి చేరుకున్న భార్య విగతజీవిగా పడి వుండడాన్ని జీర్ణించుకోలేకపోయాడు. మృతురాలికి భర్త, ఇద్దరు పిల్లలు శివ, నాగమణి ఉన్నారు. శివ హైదరాబాద్‌లో ఓ ప్రైవేటు కంపెనీలో పని చేస్తుండగా, కుమార్తె ఇంటి వద్దనే ఉంటుంది. మృతురాలి భర్త ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు ఎస్ఐ సాగర్‌బాబు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు. మృతదేహానికి కుటుంబ సభ్యులు, గ్రామ పెద్దల సమక్షంలో శవ పంచనామా చేసి పోస్టుమార్టం నిమిత్తం బాడంగి సీహెచ్‌సీకి తరలించారు.

సమాజంలో గ్రంథాలయాలది కీలక పాత్ర



మాట్లాడుతున్న ఏపీ గ్రంథాలయ పునర్వికాస ఉద్యమం కన్వీనర్ శివప్రసాద్

- ఏపీ గ్రంథాలయ పునర్వికాస ఉద్యమం రాష్ట్ర కన్వీనర్ శివప్రసాద్

విజయనగరం టౌన్/అర్బన్: సమాజంలో మంచి పౌరులుగా తీర్చిదిద్దడంలో గ్రంథాలయాలది కీలక పాత్ర అని ఆంధ్రప్రదేశ్ గ్రంథాలయ పునర్వికాస ఉద్యమం రాష్ట్ర కన్వీనర్ వల్లూరి శివప్రసాద్ అన్నారు. జిల్లా కేంద్ర గ్రంథాలయంలో శనివారం జరిగిన ఏపీ గ్రంథాలయ పునర్వికాస ఉద్యమం జిల్లా కమిటీ ఏర్పాటు కార్యక్రమంలో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ జిల్లాలోని అన్ని రచయితల సంఘాల ప్రతినిధులు, కవులు, మేధావులు, పాఠకులతో ఒక కమిటీని ఏర్పాటు చేసి జిల్లాలో గ్రంథాయాల పునర్వికాసం కోసం ఉద్యమించాలని పిలుపునిచ్చారు. అరసం జాతీయ అధ్యక్షుడు పెనుగొండ లక్ష్మీనారాయణ మాట్లాడుతూ వంద సంవత్సరాల క్రితం నడిచిన గ్రంథాలయ ఉద్యమం వల్ల గ్రంథాలయాలను పాలకులు అశ్రద్ధ చేయడం అన్యాయమని అన్నారు. గ్రంథాలయాలు తిరిగి ప్రజల ఆదరణ సాధించేందుకు కృషి చేయడం కోసం ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని అన్ని జిల్లాలను పర్యటిస్తూ గ్రంథాలయ పునర్వికాస ఉద్యమం ఏర్పాటు చేసినట్లు అరసం కార్యదర్శి శరశ్చంద్రజ్యోతిశ్రీ పేర్కొన్నారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఈ ఉద్యమాన్ని తీసుకువెళ్లి గ్రంథాలయాలను ప్రజలకు మరింత అందుబాటులోకి తీసుకురావడానికి కృషి చేస్తామన్నారు. విజయనగరం జిల్లాకు కన్వీనర్‌గా జీఎస్.చలం, కో కన్వీనర్‌గా అబ్దుల్ రవూఫ్‌ని ఎన్నుకున్నారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా గ్రంథాలయ సేవా సంఘం, ఆంధ్రప్రదేశ్ గ్రంథాలయ సంఘం, జయంతి స్మారక జిల్లా గ్రంథాలయ సంఘం, నవ్యాంధ్ర ప్రజా గ్రంథాలయం, అభ్యుదయ రచయతల సంఘం, విజయనగరం రీడ్స్ గ్రంథాలయ సంస్థల ప్రతినిధులు రత్నాల బాలకృష్ణ, జీఎస్ చలం, ఎస్ఎస్ఎస్ఎస్‌రాజు, రొంగలి పోతన్న, బద్రి కూర్మారావు, భాషా, ఈశ్వర్, బంగారం, లైబ్రేరియన్ శ్రీనివాస్, గురుప్రసాద్ తదితరులతో కమిటీని ఏర్పాటు చేశారు.